3. 掌握学习单（假定我的句子学习单）

①题目

②「1. 回想学习单」或是「2. 实例学习单」（根据课程有异）整体看过一次。如果都无法填写完成的话，再次重新感受作为主题的经验。这感觉像只手指着身体内部一般锁定。由此清楚界定「这个感觉」。。这个感觉就被称为「意会感觉(意感)」。

③自问意感可以用什么样的语言表达，浮现脑海的语句用简短的语句书写下。

④写了一定的量之后最后以「…」作为结尾。感到重要的两三个语句用下划线标记。

⑤使用全部或是一部分有下劃線的語句，表現出感覺到的意感。在底下的【　　】写下。这段文字被称作假定我的句字。只要是表现意感只要是可以感觉得出来的文字就可以。

假定我的句子

这个感觉是所谓，【　　】。

⑥然后找出感觉最强的语句并在下面划双重下引线。

©2015-得丸智子